

**Муниципальное бюджетное учреждение «Спортивная школа олимпийского резерва «Темп»
города Калуги**

РАСМОТРЕНО:
на общем собрании трудового коллектива
протокол № 3 от «29» декабря 2017г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ
СШОР «Темп» г. Калуги
_____ Г.Н.Терехов

ПОЛОЖЕНИЕ

**о режиме занятий спортсменов в муниципальном бюджетном
учреждении «Спортивная школа олимпийского резерва «Темп» города Калуги**

Положение о режиме занятий спортсменов в муниципальном бюджетном учреждении «Спортивная школа олимпийского резерва «Темп» города Калуги (далее Положение) разработано в соответствии с Конвенцией ООН о правах ребенка, Декларацией прав ребенка, Конституцией Российской Федерации, Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», Федеральным законом "О физической культуре и спорте в Российской Федерации", Федеральным стандартом спортивной подготовки по лёгкой атлетике, СаН ПиН 2.4.4.3172-14, Уставом учреждения.

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение устанавливает режим занятий спортсменов МБУ СШОР «Темп» г. Калуги (далее Учреждение).

Режим занятий действует в течение тренировочного года. Внесение изменений в расписание возможно только в соответствии с приказом директора.

1.2. Настоящее положение регламентирует условия организации тренировочного процесса.

2. Цели и задачи

- Обеспечить проведение тренировочного процесса в соответствии с нормативно-правовыми документами.
- Обеспечить права спортсменов на тренировочный процесс и сохранение здоровья.

3. Режим занятий спортсменов во время тренировочного процесса.

3.1. Тренировочный год в Учреждении начинается 01 сентября.

3.2. Организация тренировочного процесса регламентируется:

- Федеральным стандартом спортивной подготовки по лёгкой атлетике
- программой спортивной подготовки Учреждения по легкой атлетике;
- расписанием тренировочных занятий, утвержденным приказом директора Учреждения, с учетом возрастных особенностей спортсменов;
- годовым тренировочным планом-графиком (в часах);
- календарным планом спортивно-массовых мероприятий.

3.3. Продолжительность тренировочного года по программе спортивной подготовке по легкой атлетике – 52 недели.

3.4. Продолжительность тренировочной недели (в астрономических часах):

- для групп спортивно-оздоровительных – 4,5 часов;
- групп начальной подготовки 1 года обучения - 6 часов;
- групп начальной подготовки 2,3 года обучения - 6 часов;
- тренировочных групп 1,2 года обучения – 9 часов;
- тренировочных групп 3,4,5 года обучения – 12 часов;
- групп совершенствования спортивного мастерства – 18 часов;
- групп высшего спортивного мастерства – 24 часа.

3.5. Продолжительность одного тренировочного занятия (в астрономических часах) для групп:

- для спортивно-оздоровительных групп – 1,5 часа;
- групп начальной подготовки – 2 часа;
- тренировочных групп – 3 часа;
- групп совершенствования спортивного мастерства – 4 часа;
- групп высшего спортивного мастерства – 4 часа, (при 2-х разовых тренировочных занятий в день - продолжительность не более 6 астрономических часов).

3.6. Тренировочные занятия проводятся по утвержденному расписанию.

Занятия проводятся в любой день недели не ранее 8:00 часов и окончание занятий не позднее 21:00, для детей 16 лет и старше не позднее 22:00.

3.8. Основными формами занятий являются:

- теоретические занятия;
- групповые и индивидуальные тренировочные занятия;
- медико-восстановительные мероприятия;
- контрольное тестирование;
- медицинско-психологическая подготовка;
- инструкторско-судейская практика;
- участие в соревнованиях.

3.9. Проведение выездов со спортсменами на соревнования за пределы города Калуга разрешается только после издания соответствующего приказа директора.

4. Организация тренировочного процесса.

4.1. Организацию тренировочного процесса осуществляют:

- администрация;
- тренерский коллектив;
- иные сотрудники Учреждения в соответствии с должностными инструкциями.

4.2. Тренерам запрещается:

- отпускать спортсменов с занятий раньше времени окончания занятий;
- удалять спортсменов из спортивного зала;
- оказывать на спортсменов моральное или физическое воздействие;
- вести прием родителей во время тренировочного занятия;
- разрешать посторонним лицам (родителям) присутствие на тренировочном занятии.

4.3. Тренер обязан:

- встретить спортсменов в вестибюле Учреждения и вместе проследовать к месту занятий;
- по окончании занятия проводить спортсменов в раздевалку и присутствовать там до ухода спортсмена из здания.

4.4. организация спортивно-массовых мероприятий в учреждении регламентируется приказом директора.